

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ

	Понедельник 29 апреля	Вторник 30 апреля	Среда 1 мая	Четверг 2 мая	Пятница 3 мая	Суббота 4 мая	Воскресенье 5 мая
9:00	НАТНА YOGA Аврора		НАТНА YOGA Аврора		НАТНА YOGA Юлия		
10:00	SUPER SCULPT Анастасия	TAI-BO Андрей	UPPER BODY+ TABS Мария	SUPER SCULPT Андрей	ABL+TABS Анастасия	НАТНА YOGA Аврора CYCLE Андрей	POWER CLASS Ян
11:00	STRETCHING Анастасия	BALANCE BALL Андрей	STRETCHING Мария	PILATES Андрей	MIND BODY Анастасия	INTERVAL Андрей	INTERVAL Ян
12:00	ABL+TABS Алиса	LATINO DANCE Анна	ТАНЕЦ ЖИВОТА Юлия	UPPER BODY+ TABS Анастасия		STRETCHING Андрей	МФР+ STRETCHING Ян
13:00	МФР+ STRETCHING Алиса	STRETCHING Анна	ЙОГАТЕРАПИЯ Юлия	МФР+ STRETCHING Анастасия			

18:00				ABL+TABS Алиса	STRETCHING Евгения	<p>«HIIT 2024» STUDIO СРЕДА 13:00 ВОСКРЕСЕНЬЕ 11:00 МАСТЕР-ТРЕНЕР ГАФУРОВ РУСЛАН</p>
19:00				КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА Алиса	ZUMBA Евгения	
20:00				МФР+ STRETCHING Алиса		
21:00						

+7(495) 4-111-999
e-mail: info@fitnessavenue.ru

www.fitnessavenue.ru
@fitnessavenue

	СИЛОВЫЕ ПРОГРАММЫ		ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ
	АЭРОБНЫЕ ПРОГРАММЫ		ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ
	ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ		НАПРАВЛЕНИЯ ИНТЕРВАЛЬНОГО И КРУГОВОГО ТРЕНИНГА

	Понедельник 29 апреля	Вторник 30 апреля	Среда 1 мая	Четверг 2 мая	Пятница 3 мая	Суббота 4 мая	Воскресенье 5 мая			
9:00										
10:00										
11:00						В зале проходит тренировка CYCLE	HIIT23 Руслан			
12:00		PILATES STUDIO Андрей								
13:00			HIIT23 Руслан							
14:00							DANCE AVENUE Ольга ЗДОРОВАЯ СПИНА Ян			
15:00						ЙОГА В ГАМАКАХ Маргарита				
16:00										PILATES STUDIO Касапова Наталья
17:00										
18:00										
19:00										
20:00				ШКОЛА ЙОГИ 90 min Аврора						
21:00										



«HIIT 2024»
STUDIO
СРЕДА 13:00
ВОСКРЕСЕНЬЕ 11:00
МАСТЕР-ТРЕНЕР ГАФУРОВ РУСЛАН

